

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan impian setiap wanita dan merupakan salah satu cara untuk mencapai kesempurnaan seorang ibu. Proses ini diawali dengan pembuahan (konsepsi), masa pembentukan bayi dalam rahim, dan diakhiri dengan lahirnya sang bayi. Kehamilan berlangsung selama kira-kira 10 bulan atau 9 bulan kalender, atau 40 minggu, atau 280 hari. Lama kehamilan di hitung dari pertama periode menstruasi terakhir. Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) tahun 2016 jumlah ibu hamil dari hasil laporan profil Data kesehatan Indonesia adalah 5.060.637 orang. (Kemenkes 2019).

Perubahan pada sistem muskuloskeletal selama kehamilan yaitu terjadinya perubahan tumbuh secara bertahap dan peningkatan berat wanita hamil menyebabkan postur dan cara berjalan berubah secara menyolok. Pada wanita hamil pusat gravitasi bergeser kedepan. Payudara yang besar dan posisi bahu yang bungkuk saat berdiri akan semakin membuat kurva punggung dan tulang punggung bawah menonjol. Perubahan-perubahan yang terkait sering kali menimbulkan rasa tidak nyaman pada muskuloskeletal (Jensen, 2015). Perubahan muskuloskeletal sering menyebabkan ibu merasakan nyeri pada daerah punggung terutama pada punggung bagian bawah. Nyeri punggung bagian bawah merupakan masalah otot tulang yang paling sering di laporkan dalam kehamilan. Nyeri punggung serta terjadi karena adanya perubahan pada hormon kehamilan yang meningkatkan kadar hormon relaksin, hal ini mempengaruhi fleksibel jaringan ligamen yang akhirnya meningkatkan mobilitas sendi di pelvis dan akan berdampak pada ketidakstabilan spinal dan pelvis serta menyebabkan nyeri badan, perubahan postur yang cepat, nyeri punggung terdahulu, dan pegal-pegal yang berulang. Selain itu nyeri punggung juga disebabkan masalah postur tubuh saat

duduk, berdiri, berbaring dan bahkan pada saat melakukan aktivitas rumah (Braxshaw, 2018).

Insiden nyeri punggung mencapai puncak pada minggu ke-24 sampai dengan minggu ke-28, tepat sebelum perubahan abdomen mencapai titik maksimum. Nyeri punggung sering diperparah dengan terjadinya backache atau sering disebut dengan “nyeri punggung yang lama”. Backache ini ditemukan pada 45% saat dicatat kehamilannya, meningkat 69% pada minggu ke-28 dan hampir bertahan pada tingkat tersebut (Purbasari dkk.).

Di Indonesia didapatkan bahwa 68% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas sedang, dan 32% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas ringan (Sinclair, 2010). Di Indonesia terdapat 373.000 ibu hamil, yang mengalami nyeri punggung dalam menghadapi persalinan sebanyak 107.000 orang (28.7%). Tindakan pencegahan selama kehamilan agar ibu dan janin berada dalam kondisi sehat dan nantinya terjadi proses persalinan normal memiliki beberapa cara yaitu olahraga jalan pagi, bersepeda statis, aerobic, senam air, menari, dan yoga. Senam hamil memiliki beberapa metode latihan diantaranya yaitu yoga, pilates, kegel, hypnotherapy (Rafika, 2018).

Senam hamil adalah suatu bentuk latihan guna memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot-otot dinding perut, ligamen, serta otot dasar panggul yang berhubungan dengan proses persalinan. Latihan ini berfungsi untuk memperkuat stabilitas inti tubuh yang akan membantu memelihara kesehatan tulang belakang. Mempunyai kekuatan tubuh yang baik dapat meningkatkan keseimbangan dan kestabilan individu serta meminimalkan risiko trauma tulang belakang ataupun jatuh pada saat hamil. Senam hamil dapat meringankan keluhan nyeri punggung yang dirasakan oleh ibu hamil karena didalam senam hamil terdapat gerakan yang dapat memperkuat otot abdomen (Yosefa, et al, 2013).

Menurut Penelitian yang dilakukan oleh Lichayati (2013) tentang Hubungan senam hamil dengan nyeri punggung pada ibu hamil di polindes desa tlanak kecamatan kedungpring Kabupaten lamongan, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa lebih dari sebagian (75%) ibu hamil yang tidak pernah melakukan senam hamil mengalami nyeri punggung dan seluruh (100%) ibu hamil yang sering

melakukan senam hamil tidak mengalami nyeri punggung. Hasil pengujian statistik $p = 0,001$ ($p < 0,05$) artinya terdapat hubungan yang signifikan antara senam hamil dengan nyeri punggung. Dengan diperoleh nilai $r = 0,544$ artinya ibu hamil yang melakukan senam hamil secara teratur maka semakin kecil keyakinan mengalami keluhan nyeri punggung.

Berdasarkan latar belakang data di atas penulis tertarik untuk melakukan penatalaksanaan nyeri punggung dengan senam prenatal pada Ny H hamil trimester II Pmb Nurmaeli, S.ST

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan Permasalahan ibu hamil yang di temui pada salah satu klien di PMB Nurmaeli,S.ST yaitu Ny H yang mengalami nyeri punggung bagian bawah. Yang menjadi rumusan masalah adalah bagaimanapenatalaksanaan nyeri punggung dengan senam prenatal pada ibu hamil trimester II di PMB Nurmaeli, S.ST

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan nyeri punggung dengan penatalaksanaan senam Prenatal terhadap Ny H di PMB Nurmaeli.S,ST

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian data pada Ny H P₂ A₀ dengan masalah nyeri punggung di PMB Ny H melalui pendekatan manajemen kebidanan dengan pola pikir varney dan di tuangkan dalam bentuk SOAP.
- b. Menginterpretasikan data yang meliputi diagnosa kebidanan, masalah dan kebutuhan ibu hamil terhadap Ny. H P₂A₀ dengan masalah nyeri punggung di PMB Nurmeli,S,STmelalui pendekatan manajemen kebidanan.
- c. Merumuskan masalah pada ibu hamil terhadap Ny.H P₂A₀ dengan masalah nyeri punggung di PMB Nurmaeli,S.STmelalui pendekatan manajemen kebidanan.

- d. Menegakan diagnosa pada ibu hamil terhadap Ny H P₂A₀ dengan nyeri punggung di PMB Nurmaeli,S.STmelalui pendekatan manajemen kebidanan.
- e. Merencanakan tindakan yang menyeluruh sesuai dengan pengkajian data pada Ny H P₂A₀ dengan masalah nyeri punggung di PMB Nurmaeli,S.ST melalui pendekatan manajemen kebidanan.
- f. Melaksanakan tindakan asuhan kebidanan pada Ny H P₂A₀ dengan masalah nyeri punggung di PMB Nurmaeli,S.ST
- g. Mengevaluasi hasil asuhan pada Ny H P₂A₀ dengan masalah nyeri punggung di PMBNurmaeli,S.ST melalui pendekatan manajemen kebidanan
- h. Melakukan pendokumentasian hasil Asuhan kebidanana pada Ny H P₂A₀ dengan masalah nyeri punggung di PMB Nurmaeli,S.ST dengan metode subjektif, objektif, Analisa,dan Penatalaksanaan (SOAP).

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Manfaat untuk mengembangkan teori dan Sebagai bahan referensi bacaan terhadap materi asuhan pelayanan kebidanan kehamilan dengan masalah nyeri punggung melalui penatalaksanaan senam hamil untuk mengurangi rasa nyeri punggung serta referensi bagi mahasiswa dalam memahami penatalaksanaan asuhan kebidanan kehamilan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi lahan praktik

Sebagai bahan masukan agar dapat meningkatkan mutu pelayanan kebidanan melalui pendekatan manajemen Asuahn Kebidanan pada kehamilan dengan masalah nyeri punggung melalui penatalaksanaan senam yoga hamil untuk mengurangi nyeri punggung

b. Bagi Institusi Pendidikan DIII Kebidanan Poltekkes Tanjungkarang

Sebagai metode penilaian pada mahasiswa dalam melaksanakan tugasnya dalam menyusun Laporan Tugas Akhir, mendidik dan membimbing mahasiswa agar lebih terampil dan profesional untuk mahasiswa dalam memberikan asuhan kebidanan serta sebagai bahan dokumentasi di perpustakaan aparodi kebidanan Tanjung Karang sebagai bahan bacaan dan acuan untuk mahasiswa selanjutnya.

c. Bagi penulis lain

Sebagai bahan referensi bagi penulis lain yang akan melakukan penelitian terkait asuhan kebidanan berkelanjutan pada ibu hamil dengan masalah nyeri punggung.

d. Bagi mahasiswa

Diharapkan lebih menggali lagi informasi dan berbagai sumber terpercaya dan mampu mengaplikasikan ilmu dan pengetahuan yang sudah di dapatkan selama berlansungnya asuhan kebidanan kehamilan terhadap Ny... dengan masalah nyeri punggung melalui penerapan senam yoga.

e. Bagi klien dan masyarakat

Diharapkan klien dan masyarakat setelah di laksanakan setudi kasus ini mendapatkan ilmu pengetahuan baru mengenai penerapan senam yoga.sehingga apabila dalam masa hamil terjadi lagi masalah seperti klien ini ataupun masyarakat sekitar dapat menerapkannya.

E. Ruang Lingkup

Sasaran dalam study kasus ini di tunjukan kepada ibu hamil untuk mengurangi nyeri punggung dengan Penatalaksanaan Nyeri Punggung Dengan Senam Prenatal Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Tm II Ny H Study Kasus Ini Di Lakukan Di PMB Nurmaeli,S.ST

Waktu Yang Di Gunakan Dalam Study Kasus Ini Dari Tanggal 26 Februari 2021 sampai 1 mei 2021.